

НУЖНА ЛИ ПСИХОТЕРАПИЯ В РОССИЙСКОМ МЕДИЦИНСКОМ ОБРАЗОВАНИИ

**Приленский Б.Ю., Приленская А.В., Созонов С.О., Федорова И.И.,
Овчинникова И.В.**

Тюменской государственной медицинской академии, Россия

В последние годы отмечается дальнейшее усложнение социально-психологической ситуации в российском обществе. В связи с этим можно отметить дальнейший рост интереса у студентов к психологическим проблемам. По нашему глубокому убеждению, будущим медикам важно ориентироваться в социально-психологических проблемах, в вопросах становления личности, в процессах, происходящих в малых группах (семья, производственный коллектив и т.д.). Знание психологии может помочь более эффективно реализовать себя в творческой деятельности, оптимизировать процессы общения с пациентами, коллегами, подчиненными и руководителями. Психология и психотерапия могут играть существенную, если не ведущую, роль в лечении неврозов, психосоматических нарушений, зависимостей, сексуальных нарушений, расстройств личностного развития у детей, а также личностных и межличностных проблем у взрослых.

Преподавание блока психологических дисциплин (2-3 курс) ставит перед собой задачу формирование нового стиля мышления врача. Известно, что здоровье это не только благополучное тело, но и обязательно здоровье душевное и социальное. За 13-летний период преподавания кафедрой медицинской психологии и психотерапии блока психологических дисциплин отмечается формирование нового стиля

отношения студентов к психологическому содержанию взаимоотношений врача и пациентов.

С сентября 1998 года на кафедре медицинской психологии и психотерапии организованы занятия на элективном курсе по социальной психологии. Мы были приятно удивлены, когда на элективные курсы пришло около 131 человек (студенты 1-2 курсов). В первый день студентам на выбор было предложено прочитать лекционный спецкурс (36 часов), либо провести в этом же объеме тренинговые занятия. Были заявлены различные направления тренинговых занятий: личностно-ориентированная группа, экзистенциальная группа, группы телесно-ориентированной терапии, психодрама, социально-психологический тренинг. Студенты могли познакомиться с тренерами, выслушать их программы и задать различные вопросы, после чего сделать свой выбор конкретной группы. Следует подчеркнуть, что практически все студенты единогласно решили пройти тренинговые группы.

В процессе преподавания психотерапии на пятом курсе (4 лекции и 4-дневный курс практических занятий) также предлагается проведение занятий либо в виде классических семинарских, так в виде учебной психотерапевтической группы. Практически все студенты проявляют интерес ко второй форме проведения занятий.

Следует отметить сложившуюся в мировой практике устойчивую тенденцию преподавать психологические и психотерапевтические дисциплины именно через проведение тренинговых занятий. Это связано с тем, что это дает возможность эффективно выработать практические навыки и умения через собственный опыт работы в группе. Следует учесть, что в ходе тренинговых занятий могут также решаться конкретные психологические проблемы студентов, принимающих в них участие. Студенты имеют возможность лучше разобраться в себе, осознать и разрешить внутри- и межличностные конфликты, в результате чего возможно изменение стиля взаимоотношений с окружающими. Групповая работа (в зависимости от клиентского запроса) может вести к глубинной личностной перестройке, изменению отношения к себе, освобождению от комплекса неполноценности. Работа с личностью студента представляется особенно важным, поскольку будущие врачи в последние десятилетия часто оказывались, по сути, в экзистенциальном вакууме – утрачены или извращены многие ценностные и смысловые ориентиры, представления о нравственности, морали. Эти обстоятельства могут вести, по мнению основоположника экзистенциального направления в психотерапии В.Франкла, к развитию ноогенных неврозов, наркоманий и алкоголизма. По данным доклада Национального института психического здоровья (США), из 7948 студентов в 48 вузах наибольшее число (78%) выразили желание

«найти в своей жизни смысл». Можно сказать, что в системе медицинского образования в настоящее время отсутствует целостная, систематическая и целенаправленная работа по формированию гармоничной личности будущего врача. Следует подчеркнуть, что врач, имеющий личностные психологические проблемы, может быть не просто неэффективным работающим специалистом, но и, в ряде случаев, наносить пациентам непоправимый вред. Врач с психологическими проблемами может фактически неосознанно делать попытки решать собственные психологические проблемы за счет окружающих, и, в первую очередь, за счет пациентов. Мы все являемся свидетелями случаев, когда личностные проблемы ведут к профессиональной деформации специалиста, к грубейшим деонтологическим и этическим проблемам. Грамотная психотерапевтическая и психокоррекционная работа необходима, по нашему мнению, в ходе подготовки специалиста-медика любого профиля.

Еще одной важной задачей, на наш взгляд, может являться квалифицированная психологическая поддержка студентов в процессе адаптации в период обучения. Именно в этот период студенты испытывают колоссальную психологическую нагрузку в атмосфере высоких, порой излишне жестких требований высшей школы. Нередки случаи, когда у студента с возникшими психологическими трудностями формируется состояние дезадаптации, порой приводящее к невротическим срывам. Порой преподавателям не очень понятны возникающие у студентов психологические проблемы, и они просто причисляются к категории бездельников. По предварительным оценкам, именно на 1-2 курс приходится основная тяжесть возникающей дезадаптации. Студентам нередко приходится слышать иронические, порой унижительные реплики в свой адрес, нередко угрозы по поводу возможной неудовлетворительной сдачи экзаменов и последующего отчисления из медицинской академии. Тревога, атмосфера страха, которая порой царит во время экзаменов и зачетов, превращает их из мероприятия, во время которого должны проверяться навыки и умения, в напряженное испытание нервов студентов.

В ходе проводимых тренинговых групп можно было выделить несколько стадий, по которым развивается малая группа. На первой стадии, именуемой фазой псевдосплоченности, студенты оказывались перед необходимостью выбора направления, по которому будет работать группа, перед необходимостью заявлять или не заявлять актуальную личностную проблематику. Атмосфера свободы выбора создавала необходимое напряжение, которое нередко выплескивалось на следующей стадии групповой работы – стадии агрессии. Очень важна психологическая поддержка в виде безусловного принятия всех высказываний и переживаний, которые могут возникать у студентов на

этой стадии групповой психотерапевтической работы. Это создает ту особую доверительную атмосферу, необходимую для терапии на следующей, конструктивной стадии групповой работы. Только в такой атмосфере возможна проработка глубинных личностных проблем, перестройка системы взаимоотношений, освобождение от избыточных невротических защит, принятие себя, выработка адаптивных механизмов совладания, важных в процессе адаптации.

Различные направления групповой работы, безусловно, имели свои особенности. Группы телесноориентированной терапии (38 человек) основываются на положения, выдвинутые в работах психоаналитиков В.Райха и А.Лоуэна. При этом предполагается невербальная работа с психологическими проблемами через снятие мышечных блоков и освобождение от эмоциональных зажимов. Это позволяет снимать невротические внутриличностные и межличностные конфликты и психосоматические проблемы, активизировать телесную энергетику. В результате работы студенты отмечали легкость в теле, в сердце, в груди, ощущали свободу в движениях, исчезало чувство усталости и тревоги. В дальнейшем немалая часть студентов выразила желание продолжить эту работу.

В психодраматической группе (15 человек) работа основывалась на идеях психоаналитика Д. Морено и состояла в актуализации психотравмирующей ситуации через проигрывание ее с помощью участников группового процесса. Это позволяло осознать суть психологического конфликта, свою роль в его развитии, отреагировать накопившиеся эмоции и также выработать конструктивный стиль поведения.

Социально-психологический тренинг (18 человек) предполагает выработку нового стиля поведения участников в конфликтных различных ситуациях через обучение отстаивать свои интересы в конфликтных ситуациях. Студенты освобождались от повышенной тревожности, боязливости. Выработывалось уверенное поведение, умение вести диалог, слушать собеседника, выходить из конфликтной ситуации.

Экзистенциальная группа (36 человек) и группа личностного роста (26 человек) ставили цели, которые были актуальными для ее участников – вопросы смысла жизни, любви, других человеческих ценностей, осознание и освобождение от проблем, препятствующих личностному росту. Поскольку работа рассчитана на более продолжительный срок, можно говорить лишь о предварительных наблюдениях за изменениями, происходящими среди участников. Студенты стали откровеннее говорить о том, что их действительно волнует, в результате чего они могли свободнее высказывать свои мысли и чувства. Они начинают освобождаться от необходимости постоянно играть навязанные условностями жизни социальные роли.

Эффективность психотерапевтической работы возрастает, как показывает наш опыт, в атмосфере равноправных, партнерских взаимоотношений, как между самими студентами, так и в их взаимоотношениях с преподавателем, ведущим группу. В этой ситуации возможна активизация творческого мышления, могут открываться перспективы для личностного роста.

Таким образом, можно отметить актуальность проблемы психологической адаптации у студентов медицинской академии к условиям обучения. В связи с этим планируется дальнейшее изучение широкого круга теоретических и прикладных вопросов, связанных с проблемой адаптации студентов. Планируется организация постоянно действующего психотерапевтического кабинета для студентов медицинской академии с организацией психотерапевтических и психокоррекционных групп для лиц с психологическими, невротическими и психосоматическими проблемами. Кроме того, целесообразна организация более гибкой системы индивидуального додипломного образования будущих специалистов с углубленным изучением вопросов психологии и психотерапии. Представляется целесообразным расширение количества часов, отводимых на преподавание блока психологических и психотерапевтических дисциплин в медицинских вузах, что, на наш взгляд, соответствует мировым тенденциям.